

勤労者の野菜および果物摂取行動に関する自己効力感尺度の信頼性と妥当性の検討

新潟医療福祉大学・大阪市立大学大学院

串田修

新潟県立大学

村山伸子

新潟医療福祉大学

入山八江、斎藤トシ子

大阪市立大学大学院

由田克士

【背景・目的】これまでの研究により、社会的認知理論の構成概念の一つである自己効力感は、成人における食行動の主要な心理社会的予測因子であることが示されている。

本研究では、野菜および果物摂取行動に関する自己効力感尺度を作成し、Cronbach のアルファを用い信頼性を、確認的因子分析により構成概念妥当性を、行動変容ステージとの関連により基準関連妥当性を検討した。

【方法】自記式質問票から成る横断研究は、2014 年 9 月から 11 月に実施された。対象者は、新潟県内の 8 つの企業施設に所属する 20～69 歳の日本人勤労者とした。

自己効力感は、既存尺度を参考に「私は 1 日に（5 皿／1 つ）以上の（野菜となる食事／果物）をとることができる」、「私は（野菜を食べるための／果物をとる）時間をもうけることができる」、「私は外食において（野菜の多い食事／果物）をとることができる」という各 3 項目を設定した。それらの項目は、「まったく自信がない」の 1 点から「とても自信がある」の 5 点までの 5 件法リッカートスケールを用いて測定した。行動変容ステージは、野菜では「1 日に野菜を 5 皿以上食べることを」、果物では「1 週間に果物を 7 回以上食べることを」目標行動として、実施度と行動変容の準備性の 2 段階で構成した評価法を用いた。

尺度の信頼性は、Cronbach のアルファにより内的整合性を検討した。妥当性は、構成概念妥当性を検討するため確認的因子分析を実施し、適合度評価には Good of Fit Index (GFI)、Adjusted GFI (AGFI)、Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) を用いた。また、行動変容ステージを基準とした基準関連妥当性を検討した。

【結果】回答者 457 名のうち、自己効力感および行動変容ステージに関する項目の無回答者はいなかったため、全 457 名の対象者のデータを解析した。

自己効力感尺度の Cronbach のアルファは、野菜では 0.78、果物では 0.83 と各々一定の信頼性が確認された。また、モデル適合度を確認したところ、カイ 2 乗値=3.958、 $P=0.556$ 、GFI=0.997、AGFI=0.988、RMSEA=0.000 と尺度全体で概ね良好な結果が得られた（図 1）。尺度と行動変容ステージとの関連は、野菜の得点では前熟考期に

比し熟考期、準備期、実行・維持期で有意な高値を示し、熟考期、準備期に比し実行・維持期で有意な高値を示した。また、果物の得点では前熟考期に比し準備期、実行・維持期で有意な高値を示し、熟考期、準備期に比し実行・維持期で有意な高値を示した（図 2）。

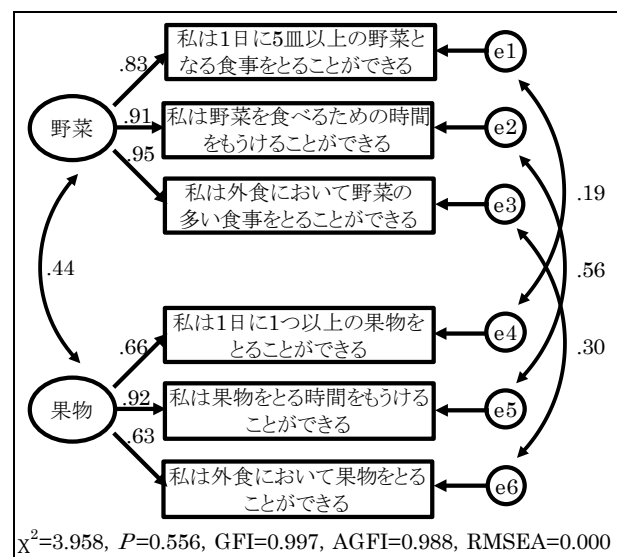


図 1 自己効力感尺度の確認的因子分析

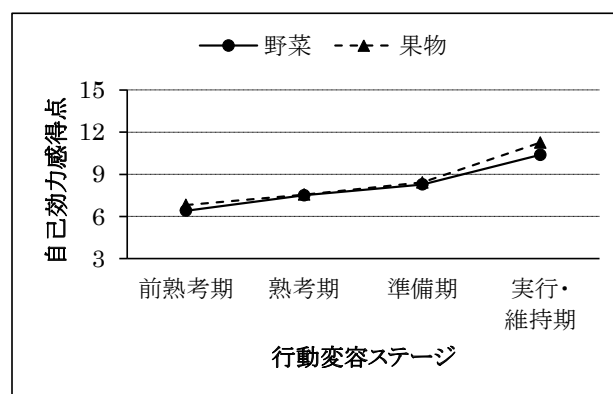


図 2 自己効力感得点と行動変容ステージとの関連

【考察】今回開発した自己効力感尺度は、一定の内的整合性と適合度、および基準とした行動変容ステージとの正方向の関連が認められた。ただし、限定的な自己効力感のみをとりあげた本尺度は、集団の把握は可能であっても個人を評価する際に使用することは難しいかもしれない。

【結論】野菜および果物摂取行動に関する自己効力感尺度は、尺度の内的整合性および構成概念・基準関連妥当性が確認されたことから、勤労者を対象とした場合、一定の信頼性と妥当性を有することが示唆された。

【謝辞】ご協力いただいた研究参加者、施設担当者の皆様に御礼申し上げます。本研究は、JSPS 科研費 26350850、新潟医療福祉大学・研究奨励金の助成を受けたものです。